

Վերապատրաստող կազմակերպություն

ՀՀ ԿԳՄՍ << Մարտունու Տ. Աբրահամյանի անվան ավագ ենթակա ուսուցիչների վերապատրաստում >>

ԱՎԱՐՏԱԿԱՆ ՀԵՏԱԶՈՏԱԿԱՆ ԱՇԽԱՏԱՆՔ

ԹԵՄԱ՝ Եւրոպական ունակությունների բարձրացում

Խմբային մեթոդով

ԱՆՑԿԱՑՄԱՆ ՎԱՅԻՆ՝ Վարդենիս

ԱՇԽԱՏԱՆՔԻ ՂԵԿԱՎԱՐ՝ Բեյբության Հասմիկ

ՈւՍՈՒՑԻՉ՝ Կարինե Սիմոնյան

ԴՊՐՈՑ՝ Վարդենիսի էդվարդ Պողոսյանի անվան թիվ 2 հիմնական դպրոց

Վարդենիս 2022

Բովանդակություն

1.Ներածություն.....	3
2.Գրական ակնարկ	5
3.Փորձարարական մաս.....	12

3.1. Խմբի նկարագիր.....	12
3.2. Փորձարարական դաս1.....	13
3.3. Փորձարարական դաս-2.....	14
4. Վերլուծություն.....	16
5. Գրականության ցանկ	18
6. Հավելվածներ	19
Դասապլան-1.....	19
Դասապլան-2.....	21

1. Ներածություն

1-12-րդ դասարանների «Ֆիզիկական կուլտուրա» ուսումնական առարկայի հիմնական նպատակն է՝ առողջ, համակողմանի զարգացած, աշխատանքային գործունեությանը պատրաստ, սեփական ուժերի հանդեպ վստահ, առողջ և անվտանգ կենսակերպ դրսևորող, արտակարգ իրավիճակներում կողմնորոշվող ու նախաձեռնող քաղաքացի ձևավորելը: Հատկապես 8-րդ դասարանից սկսած կարևոր է, որպեսզի ուսուցիչը ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացում մշտապես հաշվի առնի դպրոցականների մարզական նախընտրությունները՝ չսահմանափակվելով ծրագրում նշված մարզաձևերով: Այդ դեպքում ուսուցիչը հնարավորություն ունի մարզման ձևն ու ժամաբաշխումն իրականացնել ըստ անհրաժեշտության՝ ապահովվելով վերջնադասարանները:

Թիմի լիարժեք անդամ զգալու նպատակով առողջական որոշակի առանձնահատկություններ ունեցող երեխաներին, ում համար անհնար կամ բարդ է լիարժեք մասնակցել ֆիզիկական կուլտուրայի դասերին, նույնպես պետք է ներառել խմբերում որպես օժանդակ աշխատանք կատարողներ: Կարևոր է, որ նման երեխաները ևս ունենան հնարավորություն հանաչելու սեփական ֆիզիկական կարողությունները և դրանց համապատասխան զարգացնելու իրենց շարժողական ընդունակությունները: Ուսումնական գործունեության տեսակները.

- ֆիզիկական դաստիարակության վերաբերյալ տեսական գիտելիքների հաղորդում գրույցի և պատմելու միջոցով, ուսումնական նյութի բացատրում, ցուցումներ, հրահանգներ:
- Վարժությունների ցուցադրում, պաստառների, ֆիլմերի ցուցադրում, գործնական պարապմունքներ՝ խմբային, անհատային, անհատական, հոսֆային, հերթավախային և շրջանաձև մեթոդներով:
- Ինֆնուրայն և համագործակցային աշխատանքների կատարում, նոր տեխնոլոգիաների, համակարգչային ծրագրերի օգտագործում:

Մարզումային պարտադիր խմբակներ, որոնց ընտրությունը կատարում է սովորողը, սակայն դրանց կարող են չմասնակցել մարզական խմբակներ հաճախող երեխաները: «Ֆիզիկական կուլտուրա» ուսումնական առարկայի օրինակելի ծրագրի և չափորոշի հիմնական վավերությունները:

1. Ժամաֆանակի վավերություն և սպորտայնացված (ըստ դպրոցականների մարզական ընտրության) դասերի ներդրում:
2. Ավագ դպրոցում կրեդիտային համակարգի ներդրում՝ սպորտդպրոցների և մարզական կառույցներ ունեցող այլ հաստատությունների հետ համագործակցություն:
3. Ֆիզիկական կուլտուրայի ուսուցիչների ազատականացում. այսինքն, ուսուցիչները հնարավորություն կստանան ֆիզիկական կուլտուրայի դասերի շրջանակում կազմակերպել դպրոցականների մարզումները՝ հաշվի առնելով վերջիններին մարզական ցանկությունները, ինչպես նաև դպրոցների հնարավորությունները՝ ապահովելով ծրագրով նախատեսված վերջնարդյունքները:
4. Ըստ մակարդակների և դասարանների վերջնարդյունքների առկայությունը: Ֆիզիկական կուլտուրա ուսումնական առարկան ամփոփվում է ստուգաբանով, որը ենթադրում է ֆիզիկական վարժություններով համալիրների նորմատիվների հանձնում:
5. 8-րդ դասարանից սկսած առողջ ապրելակերպի դասընթացի համար տարեկան տրվող 14-ական ժամերը մնում են ֆիզիկական կուլտուրայի դասերին:
6. Ընդհանրական, նոր ձևաչափով ծրագրի կառուցվածք՝ համապատասխան բաղադրիչներով: <https://iravaban.net/285999.html>

Ֆիզիկական կուլտուրայի դերը պայմանավորված է նրա գործնական կիրառական նշանակությամբ: Այն նպաստում է սովորողների շարժողական ընդունակությունների (արագաշարժություն, ուժ, ֆլուիդություն, դիմացկունություն, հարակություն, կոորդինացիա և այլն) մեակմանը, անձի մտավոր և ֆիզիկական աշխատունակության բարձրացմանը, մասնագիտական պատրաստվածության ապահովմանը: Ֆիզիկական կուլտուրայի ուսուցումն օժանդակում է սովորողներին

ձեռք բերել կարողություններ և հմտություններ, որոնք անհրաժեշտ են նրանց հետագա աշխատանքային գործունեության ընթացքում արտակարգ իրավիճակներում կողմնորոշվելու համար:

«Ֆիզիկական կուլտուրա» առարկայի հիմնական խնդիրներն են՝

- ✓ սովորողների առողջության ամրապնդում, մարմնի ճիշտ կեցվածքի ձևավորում, օժանդակում ֆիզիկական ներդաշնակ զարգացմանը,
- ✓ սովորողների շարժողական ընդունակությունների մշակում, դրանց կիրառումը տարբեր պայմաններում
- ✓ բարայկամային որակների դաստիարակում, բարձր աշխատունակության ապահովում,
- ✓ մասնագիտական-կիրառական ֆիզիկական պատրաստակալության ապահովում՝ ձեռք բերվող մասնագիտության առանձնահատկություններին համապատասխան,
- ✓ շարժողական փորձի ընդլայնում և տարբեր պայմաններում կիրառելու հմտության ձևավորում,
- ✓ ֆիզկուլտուրայի և սպորտի, ինֆուրույն պարապմունքների անցկացման, օլիմպիական խաղերի, անվանի մարզիկների վերաբերյալ գիտելիքների ձեռքբերում,
- ✓ առողջ ապրելակերպի կանոններին տիրապետում,
- ✓ ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի պարապմունքների նկատմամբ հետաքրքրության և ֆիզիկական վարժություններով սխտեմատիկ պարապելու սովորության մշակում,
- ✓ բավարար ֆիզիկական պատրաստակալության ապահովում:

Նշված խնդիրները /կրթական, առողջարարական, դաստիարակչական/ իրականացվում են հիմնականում ֆիզիկական կուլտուրայի դասերի ընթացքում, դրանց նպատակալաց բովանդակությամբ, ճիշտ և արդյունավետ պլանավորմամբ և անցկացմամբ:

Ուսուցման ընթացքում սովորողների մեջ մշակվում են հիմնական շարժողական ընդունակությունները՝ արագաշարժություն, ճկունություն, հարակություն, ուժ, դիմացկանություն և այլն: Բացի այդ, նրանք ձեռք են բերում նաև գիտելիքներ՝ ֆիզիկական կուլտուրայի նշանակության, անձնական հիգիենայի, առողջ ապրելակերպի, օլիմպիական խաղերի, պարապմունքների ժամանակ անվտանգության կանոնների պահպանման, ֆիզիկական զարգացման ինֆահսկման ձևերի և այլնի վերաբերյալ:

Սովորողը ուսումնառության արդյունքում ֆիզիկական կուլտուրայից պետք է իմանա՝

ֆիզկուլտուրայի և սպորտի դերն անձի առողջության ամրապնդման, ներդաշնակ զարգացման, հետագա աշխատանքային գործունեության նախապատրաստման գործում:

անձնական հիգիենայի, ֆիզիկական վարժությունների ինֆուրույն կատարման ժամանակ անվտանգության և ինֆեկտիոսիտոզային կանոնները:

մասնագիտական կիրառական ֆիզիկական պատրաստականության մասին:

<<Առողջ ապրելակերպի>> մասին:

օլիմպիական խաղերի և հայ անվանի մարզիկների մասին:

գերհոգնածության և դրա կանխարգելման միջոցների մասին:

սովորած մարզախաղերի կանոնները:

Սովորողը ուսումնառության արդյունքում պետք է կարողանա՝

- կատարել ազգային սրբաշարի շարժումները:
- միասյուն շարժից շարժափոխվել երկսյուն, եռսյուն, քառսյուն շարժի:
- կազմել և կատարել ընդհանուր զարգացնող վարժությունների համալիր:
- կազմել և կատարել առավելագույն մարմնամարզության և ֆիզիկուլտ դադարի համալիր վարժություններ:

Ֆիզիկական կուլտուրայի դասերն անցկացվում են տարբեր պայմաններում՝ մարզադահլիճ, մարզահրապարակ, եղանակային տարբեր պայմաններ, հատուկ մարզահագուստ և կոշիկներ, ինչպես նաև հատուկ մարզագույլի և սարքավորումների օգտագործումով, հետևաբար, դասերի և պարապմունքների ընթացքում երբեմն կարող են առաջանալ վտանգավոր իրավիճակներ:³ Որպեսզի դասերի ժամանակ հնարավոր լինի խուսափել վտանգավոր իրավիճակներից, անհրաժեշտ է պահպանել անվտանգության կանոնները: Առաջին հերթին, պետք է պահպանել մարզադահլիճների, խաղահրապարակների, վարժասարքերի, մարզագույլի և ոչ ստանդարտ սարքավորումների նիշտ շահագործման կանոնները:

2. Գրական ակնարկ

Կրթությունն իր մեջ ներառում է երեք կարևոր խնդիր. Ի՞նչ սովորեցնել (կրթության բովանդակություն), ինչի՞ համար սովորեցնել (կրթության նպատակներ) և ինչպե՞ս սովորեցնել (ուսուցման մեթոդներ): Ուսուցման մեթոդն ուսուցման այնպիսի ձև է, նպատակին հասնելու այնպիսի միջոց, որը կիրառվում է պարբերաբար և մեծ ազդեցություն է թողնում մանկավարժական աշխատանքի ամբողջական ուղղվածության վրա: Միևնույն ժամանակ ուսուցման մեթոդը դասավանդողի և սովորողների հետևողական, փոխկապակցված գործողությունների համակարգ է, որն ապահովում է կրթության բովանդակության արդյունավետ յուրացումը: Ընդհանրացնելով կարող ենք ասել, որ ուսուցման մեթոդը դասավանդողի և սովորողի համագործակցությունն է ուսումնական միջավայրում, նրանց համատեղ գործողությունն է՝ միտված ուսումնական նպատակների իրականացմանը: Ուսումնական գործընթացի հաջող իրականացման համար, դասավանդողին անհրաժեշտ է տարբեր մեթոդների խմացություն: Բացի մեթոդների խմացությունից, չափազանց կարևոր է ուսուցման գործընթացում մեթոդների ճիշտ ընտրության և կիրառության կարողությունը: Մեթոդների ընտրության և կիրառության կարողությունն իր հերթին պայմանավորված է մի շարք գործոններով.

- սովորողը պետք է հստակ իմանա՝ ինչ է անում և ինչու,
- սովորողը պետք է մշտապես տեղյակ լինի՝ ինչ է իրենից ակնկալվում,
- սովորողը պետք է վստահ լինի, որ դասավանդողը աջակցելու և օգնելու է,
- դասավանդողը պետք է կարողանա համադրել բազմազան մեթոդները նույնքան բազմազան արդյունքների հետ:

Խմբային մեթոդն այն է, երբ խումբը բաժանվում է մի քանի խմբերի, իսկ խմբերը վարժություններ են կատարում առանձին գործիքների վրա կամ գործիքներով, ապա որոշակի ժամանակից հետո, հրա- հանգով փոխում են տեղերը:

Հերթափոխային մեթոդն այն է, երբ խմբի սովորողները բաժան- վում են մի քանի խմբերի, որոնք հերթականությամբ կատարում են հանձնարարված վարժություններ:

Անհատական մեթոդն այն է, երբ սովորողին տրվում է անհատական առաջադրանք կատարելու: Այս մեթոդը հիմնականում օգտագործվում է խմբում ընդգրկված սովորողին առանձին առաջադրանք հանձնարարելու, ինչպես նաև գնահատման նպատակով:

<https://astxaslanyan.wordpress.com/2016/06/07/%D6%86%D5%AB%D5%A6%D5%AF%D5%B8%D6%82%D5%AC%D5%BF%D5%B8%D6%82%D6%80%D5%A1%D5%B5%D5%AB-%D5%A4%D5%A1%D5%BD%D5%AB-%D5%AF%D5%A1%D5%BC%D5%B8%D6%82%D6%81%D5%BE%D5%A1%D5%AE%D6%84%D5%A8/>

- անձի զարգացում և անհատականության ձևավորում.
- հոգեբանական և ֆիզիկական առողջության ապահովում.
- սրբեսի հաղթահարում.
- առողջ փոխհարաբերությունների դրսևորում:

Համագործակցային ուսուցման տարրերը

- դրական փոփոխվածության ապահովում.
- դեմ առ դեմ փոխազդեցություն.
- անհատական հաշվետվություն և պատասխանատվություն.
- միջանձնային կամ փոքր խմբերով աշխատանքի հմտություններ.
- խմբային գործընթացի մշակում.
- փոխներգործուն կամ ինտերակտիվ առաջադրանքի

գ) գնահատումը: (<https://lib.amedu.am/resource/11116>)

Ուսուցանում—ուսանում գործընթացն ունի երկու նպատակ՝

- Տվյալ առարկայի նպատակը՝ դասավանդվող նյութի հիման վրա զարգացնել հանաչողական հմտությունները:
- Սոցիալական նպատակը՝ առաջինը, աշակերտները պատասխանատվություն են ստանձնում: Երկրորդ, նյութը դասավանդվում է համագործակցության վրա հիմնված տարբեր եղանակներով, ինչն իր հերթին զարգացնում է նաև աշակերտների շփման հմտությունները:

Համագործակցության վրա հիմնված ուսուցումը խմբային ուսուցման ամենաբարձր մակարդակն է: Խմբերի ձևավորման այս եղանակի դեպքում խմբի անդամները մեծապես ապավինում են միմյանց, ուստի գուտ առարկային առնչվող նյութեր յուրացնելուց բացի նրանք ձեռք են բերում նաև շփման հմտություններ: Ուսուցիչն աշակերտներից չի պահանջում նման հմտություններ ունենալ. փոխարենը, նա նպաստում է դրանց զարգացմանը՝ կիրառելով համագործակցություն ապահովող տարատեսակ մեթոդներ:

Ի տարբերություն Կազանի մեթոդի, ավանդական խմբային աշխատանքը չի պահանջում համագործակցության այդքան սերտ մակարդակ, և պարտադիր չէ, որ հաջողությունը պայմանավորված լինի բոլոր աշակերտների մասնակցությամբ:

տարրից: (<https://lib.amedu.am/resource/11116>)

Խումբ

- Համատեղ աշխատող խումբը բաղկացած է 3–6 մետական անդամներից: Խմբի անդամների միջև կապը սերտ է. նրանք հանաչում, ընդունում և աջակցում են միմյանց:

- Խմբի կազմը միատարր չէ՝ մասնակիցների ընդունակությունները, սեռը, համակրանքը և էթնիկական ծագումը տարբեր են:

Խմբերի ձևավորման եղանակները՝ պատահական կամ նպատակային: (Անահիտ Դանիելյան 2016) (<https://lib.amedu.am/resource/11116>)

<<Ֆիզիկական կուլտուրա>> առարկան դասավանդողները պետք է իմանան, որ դասերի ընթացքում հնարավոր է սովորողների զարկերակային նեոման բարձրացում, հետևաբար պետք է հանախակի կատարել զարկերակային նեոման չափում: Անհրաժեշտ է, որ Ֆիզիկական կուլտուրա դասավանդողներն իմանան նաև սովորողների անցկացրած հիվանդություններից հետո դասերի և պարապմունքների վերսկսման ժամկետները, որոնք սահմանում է բժիշկը: 5 Սովորողների առողջության և ֆիզիկական զարգացման վիճակի պարբերական ստուգումները կատարվում են բժշկի կամ բուժքույրի կողմից: Որպես ֆիզիկական զարգացման հիմնական ցուցանիշներ ընտրվում են սովորողի հասակը, բացը և կրճատվածության աստիճանը: Պետք է կատարվի նաև մարզական կառույցների սանիտարահիգիենիկ հսկողություն, այսինքն՝ պետք է ստուգել մարզադահլիճների և մարզահրապարակների չափերի համապատասխանությունը, մաքրությունը, մարզական գույքի, հանդերձանքի վիճակը, մաքրությունը և այլն:

Դասավանդող դասախոսը / ուսուցիչը / դասերին նախապատրաստվելիս ինքն է որոշում ուսուցման համար անհրաժեշտ վարժությունների և մարզագործիքների ընտրությունը, գտնում է վնասվածքների կանխարգելման, օգնության ցուցաբերման և ապահովման միջոցներ: Հետևաբար նա պետք է իմանա այն վտանգավոր գործոնները, որոնք կարող են վնասվածքների պատճառ դառնալ, դրանք են.

- դասերի և պարապմունքի անցկացման տեղի անվտայն նախապատրաստումը / առանց ներհանակների օգտագործման մարմնամարզական վարժությունների, անսարք մարզական գործիքների վրա վարժությունների կատարում և այլն /,

- առանց նախավարժանքի վարժության կատարումը,

- չյուրացված վարժության կատարումը առանց դասավանդողի օգնության,

- վարժությունների կատարման ժամանակ վատ կազմակերպված ապահովումը,
- դասախոսի /ուսուցչի/ կողմից տրված ցուցումները չկատարելը և կարգապահական խախտումները,
- օդի ցածր ջերմաստիճանը, օդի բարձր խոնավությունը, ուժեղ քամին,
- խաղերի ժամանակ կանոնների խախտումը և այլն:

Բացի այդ, անհրաժեշտ է սովորողներին ծանոթացնել ֆիզիկական կուլտուրայի դասերին մարզադահլիճում և մարզահրապարակում իրենց պարտականություններին և վարքի կանոններին:

Իմ հետազոտական աշխատանքը իրականացնելու համար ես ընտրել եմ ֆուտբոլ խաղը, որը կօգնի բարձրացնել աշակերտների շարժողական խնդիրների զարգացմանը, ինչպես նաև կօգնի աշակերտներին համագործակցել խմբերում՝ օգնելու միմյանց, լինել ավելի պատասխանատու, ընկերասեր և սիրել ֆիզիկուլտուրա առարկան:

3. Փորձարարական մաս

3.1. Խմբի նկարագիր

Ես իմ հետազոտական աշխատանքը անցկացրել եմ Գեղարքունիքի մարզի Վարդենիսի է.Պողոսյանի անվան թիվ 2 հիմնական դպրոցի 9-րդ հումանիտար դասարանում: Այս դասարանում սովորում եմ 27 աշակերտ՝ 16 տղա և 11 աղջիկ:

Դասարանն ունի բավականին բարձր ֆիզիկական պատրաստվածություն, գրեթե բոլորը ակտիվ են, պասիվ աշակերտներ չկան և ամբողջ դասարանը ներգրավված է դասադրոշմում:

Ամեն մի դասաժամ վերածվում է տոնի, երբ աշակերտները հանձնարարություն են ստանում ֆուտբոլ խաղան, այն էլ մրցեն միմյանց հետ:

Անցկացվել են 2 հետազոտական դասեր, որոնց ընթացքում փորձարկվել է խմբային մեթոդը, պարզաբանելու համար, թե որքան նպատակային կլինի այդ մեթոդը ֆուտբոլ դասի արդյունավետությունը բարձրացնելու համար, այնպես էլ բարձրացնել ազակերտների ֆիզիկական պատրաստվածությունը:

Դասերի պլաններում դրված էին հետևյալ նպատակներն ու խնդիրները՝

1. Կարողանալ կատարել գնդակների փոխանցումներ:
2. Պատ խաղարկում:
3. Հատուկ հարվածդարպասին :
4. Գնդակի վարում ոտի ներսի և դրսի մասով:
5. Նպաստել ֆիզիկակին ներպաշտակ գարգացմանը:
6. Ամրապնդել ֆուտբոլի հնարքներն ու գնդակի համակցումները:

Դասի ընթացքում կիրառվել են տարբեր մեթոդներ: Այդ թվում խմբային, ցուցադրության, գործնական մեթոդները:

Բոլոր դասաժամերին ուշադրություն է կատարվել վարժությունների ճիշտ կատարմանը և սխալների ուղղմանը:

Սովորողները պատրաստակամ էին և ոգևորված մասնակցում էին դասին: Սկզբում կային պասիվ: Ողջունելի էր, որ ակտիվ աշակերտները ևս ոգևորվեցին և սկսեցին օգնել իրենց դասընկերներին, որն էլ նպաստում էր սոցիալական արժեքների ձևավորմանը աշակերտների մոտ:

Աշակերտները սովորեցին ֆուտբոլ խաղի կանոնները, կիրառեցին իրենց խաղի ընթացքում: Սկզբում դա դրսևորվեց պարզեցված կանոններով խաղերի ժամանակ, այնուհետև ավելի բարդեցվեցին կանոնները:

3.2. Փորձարարական դաս - 1

I/ դասաժամի դասի խնդիրներն են`

1. Կարողանալ կատարել գնդակների փոխանցումներ:

2. Պատ խաղարկում:

3. Հատուկ հարվածդարպասին :

4. Գնդակի վարում ուժի ներսի և դրսի մասով:

Սովորողներին բաժանվեցին երեք խմբի/թիմի/: Առաջին խումբը կատարում է հատուկ հարվածներ դարպասի ոտնաթափի նեսի մասով, ոտնաթմբով , իսկ երկրորդ խումբը և երրորդ խումբը կատարում են անհատական աշխատանք՝ թոխանցումներ դարպասական հրապարակ : Վարժությունների կատարման ամբողջ ընթացքում կատարվում էր սխալների ուղղում և նիշտ ցուցադրում:

Դասի հիմնական մասի երկրորդ հատվածում` ըստ դասի պլանի, (հավելված 1) սովորողները կատարեցին գնդակի փոխանցում փոխանցումներ դարպասային հրապարակ գույգերով, այնուհետև եռյակով: Փոխանցումները անրապնդվեց խաղով: Խաղը կատարվեց երեք խաղակեսով՝ նակառուս մրցակարգով: Ուշադրություն դարձվեց սխալների շտկմանը:

Երեխաներին վարժությունները ծանոթ էին, սակայն կատարման ընթացքում մի փոքր դժվարանում էին: Բայց դա չխանգարեց աշակերտներին մեծ հետաքրքրությամբ և ոգևորությամբ կատարել վարժությունները:

Վարժությունները կատարելագործելու նպատակով հանձնարարվեց տնային առաջադրանք:

3.3. Փորձարարական դաս - 2

II դասաժամի դասի խնդիրներն էին.

1. Ուղիղ հարձակողական հարվածի ուսուցում

2. Կարն և հեռավար փոխանցումների կատարելագործում:

3. Նպաստել ֆիզիկական զարգացմանը և ամրապնդմանը:

1. Պատ խաղարկմանն կատարելագործում:

ա) Զույգերով վերևից և ներքևից փոխանցումներ կատարել:

բ) Ուսուցչի հրամանով գնդակների կասեցում ոտքի դրսի մասով և կրծքով:

2. Ուղիղ հարվածի ուսուցում կասեցում ոտքի ներսի մասով:

ա) Զույգերով և եռյակներով փոխանցումների կատարելագործում:

բ) 2-3 ֆայլ թափավազից հարված գլորվող գնդակին:

գ) 2-3 ֆայլ թափավազից հարված կանգնած գնդակին:

դ) Երկու ոտքով հրումով ցատկի և թափավազի ուսուցում:

3. Նպաստել ֆիզիկական ներդաշնակ զարգացմանը.

Այնուհետև դասարանը բաժանվեց 3 խմբի և անցկացվեց խաղային դաս խմբային մեթոդով, դասի նպատակն էր՝ ամրապնդել ֆուտբոլի հնարքները և գնդակի համակցումները:

Աշակերտները բաժանվեցին երեք հավասար խմբերի, որից հետո առաջին մրցակցող զույգի հաղթողը խաղաց երրորդ թիմի հետ: Պարտություն կրած երկու թիմերը պայքարեցին 2-րդ տեղի համար: Յուրաքանչյուր հաղթանակի համար տրվում է 1 միավոր: Ամբողջ դասարանը ներգրավված է և դասապրոցեսին:

2-րդ դասաժամին դրվեց խաղային դաս՝ պարզաբանելու կիրառված մեթոդների արդյունավետությունը:

4. Վերլուծություն

Հիմնվելով հետազոտության արդյունքների վրա՝ կարելի է փաստել, որ աշակերտների ֆիզիկական առանձնահատուկ կարողությունների բացահայտման համար կարևոր դեր ունի ուսուցչի կողմից ճիշտ մեթոդի ընտրությունը:

Ինչպես ցույց տվեցին հետազոտության արդյունքները, որպեսզի աշակերտները ունենան մնայուն գիտելիքներ, պետք է ուսուցանվող նյութը կրկնելու, ամրապնդելու, կիրառելու, կապակցելու հնարավորություններ ընձեռվեն: Ընդ որում՝ դա պետք է արվի կանոնավոր և շարունակական ձևով: Այլ կերպ ասած՝ պետք է կարևորել ոչ միայն ուսումնական ծրագրի ընդգրկումը, այլև խորությունը:

Դրա համար շատ կարևոր է սովորողների մեջ բացահայտել նրանց ֆիզիկական ընդունակությունները: Այն միշտ չէ, որ նկատվում և բացահայտվում է ուսուցիչների կողմից:

Հետազոտության արձանակում փորձ է արվել գնահատել սովորողների հետաքրքրությունները, սովորելու մոտիվացիան և անդրադարձ է արվել գործընթացի բուլար կետերին՝ փորձելով գնահատել յուրաքանչյուրի արդյունավետությունը և վերհանել հանդիպող խնդիրները:

Կարևորություն տալով նաև աշակերտի ստեղծագործական մտքին և արագ կողմնորոշվելու ընդունակությանը՝ իրականացված դասավանդման գործընթացի արդյունավետության ուսումնասիրությունը հնարավորություն տվեց սովորողների մեջ բացահայտել յուրօրինակ կարողություններ և կիրառել դրանք ուսումնական գործընթացում:

Ուսուցման մեթոդները ուսուցման էությունից բխող այն միջոցներն են, գործունեության ձևերն ու եղանակները, որոնցով իրականացվում է ուսուցչի և աշակերտի համագործակցությունը՝ ուղղված ուսումնասիրության նպատակադրված արդյունքին:

Հետազոտական աշխատանքում կիրառված մեթոդը աշխատեց, կային թերություններ, դրանք շտկելի են համատեղ ֆրոնաջան աշխատանքի արդյունքում:

5. Գրականության ցանկ

1. Հ. Մինասյան, Գ. Ամիրբեկյան Ֆիզիզկական կուլտուրայի դասավանդումը ՄՄՈւՀ-ներում, Մեթոդական ձեռնարկ

2. Амалин, М.Е. Методика оценки соревновательной деятельности в спортивных играх / М.Е. Амалин, О.С. Шилов //Теория и практика физической культуры, 1980, №9. - С.19-20.

3. Лобановский, В.С. Характеристика игровых действий южно-американских команд / В.С. Лобановский // Футбол: Ежегодник. – 1979

4.

<https://multiurok.ru/files/hamagortsakts-ayin-owsowts-man-gaghap-arakhosowt-y.html>

5. Ա. Է. Ափոյան 2014)(<http://gspi.am/media/journal/2014n1b/37.pdf>

6.

<https://multiurok.ru/files/hamagortsakts-ayin-owsowts-man-gaghap-arakhosowt-y.html>

7. <https://lib.armedu.am/resource/11116>

8. Անահիտ Դանիելյան 2016

9. <https://iravaban.net/285999.html>

6. Հավելված

Դասի պլան 1

ԴԱՍԻ ԹԵՄԱՆ՝ Ֆուտբոլի ուսուցում

ԱՌԱՐԿԱՆ՝ Ցիզկուլտուրա

ԴԱՍԱՐԱՆ՝ 9-րդ

ԱՆՑԿԱՑՄԱՆ ՎԱՅԲԸ՝ մարզահրապարակ

ԴԱՍԻ ԽՆԴԻՐՆԵՐԸ՝ 1. Կարողանալ կատարել գնդակների բազմակի փոխանցում պաշտպանների ակտիվ դիմադրությամբ:

2. Կարողանալ կատարել գրակի փոխանցում դարպասային հրապարակ: ԱՆՀՐԱԺԵՇՏ ԳՈՒՅՔԸ՝ սուլիչ, ֆուտբոլի գնդակներ և հոկեյի դարպասներ

ԴԱՍԻ ՏԵՎՈՂՈՒԹՅՈՒՆԸ՝ 45 րոպե

Դասի մասերը և տևողությունը	Դասի բովանդակությունը	Զախավորում	Մեթոդական և կազմակերպչական ցուցումներ
I 10՝	<p>Շարուն հաշվարկ, գեկույց, դասի խնդրի հաղորդում, , դարձումներ, ֆայլ, դանդաղ վազք, ֆայլ</p> <p>ուսնաթաթերի և կրունկների վրա, ֆայլ ծնկները վեր բարձրացնելով, կֆանիստերով ֆայլ, շարավիտիում եռասյուն շարքի:</p> <p>Կատարել ընդհանուր զարգացնող</p>	<p>45՝</p> <p>6՝</p> <p>6-8 վարժ.</p>	<p>Հետևել շարքին, ուշադրություն դարձնել ճիշտ կեցվածքին:</p> <p>Վարժությունների կատարման ժամանակ ուղղել Շարավիտիումը ճիշտ</p>
	<p>վարժությունների համալիր:</p> <p>Շարավիտիվել եռասյունից միասյուն, հետո գույգեր կազմել:</p>	<p>4-6X</p>	<p>կատարել</p>

<p>II 30'</p>	<p>1. Գնդակների փոխանցում . ա) 17 աշակերտ կկատարի փոխանցումներ բ) 10 աշակերտ կկատարեն պաշտպանների գործողությունը /ակտիվ դիմադրություն / 2, 17աշակերտ կատարում են փոխանցումներ դարպասային հրապարակ . իսկ 10կատարում են պաշտպանների պարտակառություններ խանգարելով գնդակի ընդունումը հարձակվող թիմի կողմից 3. 2-ու աշակերտ խաղակում են գնդակը և պատ խաղարկում արգելի կողմով:</p>	<p>5' 5' 2X 10' 2X 2X 7'</p>	<p>17 աշակերտ շրվում են /20ն հեռավորությամբ/, աշակերտ շրջանի ներսում խո նրանց ազատ և ճշգրիտ փոխ , որովհ հետո փոխվում են տե Մի դարպասի մոտ 1 /17/անդամները կատար փոխանցումներ դարպասային 2-րդ /10/թիմխանգարում է գնդակը Դասարանը բաժանվում երբեման մասնակցով և դառ խաղարկում</p>
<p>III 5'</p>	<p>Շարժ, ֆայլ, շնչառական վարժություն, հանգստացնող և բուլացնող վարժություններ: Դասի ամփոփում, գնահատում:</p>		<p>Ուշադրություն դարձնել նիւտ շնչառության կատարմանը:</p>

Դասի պլան 2

ԴԱՍԻ ԹԵՄԱՆ՝ Խաղային դաս խմբային մեթոդով:

Անցկացնել վարժությունների համալիր:

ԱՌԱՐԿԱՆ՝ Ցիգկուլտուրա

ԴԱՍԱՐԱՆ՝ 9-րդ

ԱՆՑԿԱՑՄԱՆ ՎԱՅԻՆԸ՝ մարգահրապարակ

ԴԱՍԻ ԽՆԴԻՐԸ՝ 1.Ամբապնդել ֆուտբոլիստի հնարքները

և գնդակի համակցումները: ԱՆՀՐԱԺԵՇՏ ԳՈՒՅՔԸ՝

սուլիչ, վոլեյբոլի գնդակ

ԴԱՍԻ ՏԵՎՈՂՈՒԹՅՈՒՆԸ՝ 45 րոպե

Դասի մասերը և տևողությունը	Դասի բովանդակությունը	Զավաժություն	Մեթոդական և կազմակերպչական ցուցումներ
I 10՝	<p>Շարուն հաշվարկ, գեկույց, դասի խնդրի հաղորդում, , դարձումներ, ֆայլ, դանդաղ վազք, ֆայլ</p> <p>ասնաթաթերի և կրունկների վրա, ֆայլ ծնկները վեր բարձրացնելով, կֆանիստերով ֆայլ, շարափոխում եռասյուն շարքի:</p> <p>Կատարել ընդհանուր զարգացնող վարժությունների համալիր:</p>	<p>45՝</p> <p>6՝</p> <p>6-8 վարժ.</p> <p>4-6x</p>	<p>Հետևել շարքին, ուշադրություն դարձնել նիւս կեցվածքին:</p> <p>Վարժությունների կատարման ժամանակ ուղղել սխալները</p> <p>Շարափոխումը նիւս կատարել</p>

	Շարափոխվել եռալուսնից միասյուն, հետո գույգեր կազմել:		
II 30´	1.Երկկողմանի խաղ ա)I թիմ բ) II թիմ գ)III թիմ	10´ 10´ 10´	Մասնակիցներին բաժանել երեք խմբի: Խաղում են, պարտվող թիմը նստում է: Պարտվող երկու թիմերը խաղում են երկրորդ տեղի համար: Հաղթելու համար տրվում է մեկ միավոր
III 5´	Շարժ, ֆայլ, շնչառական վարժություն, հանգստացնող և թուլացնող վարժություններ: Դասի ամփոփում, գնահատում:		Ուշադրություն դարձնել նիւտ շնչառության կատարմանը: